

## 2022年

## 4月

	月	火	水	木	金
	備考				1
午前	* 家族会 4/16(土) 10:00~12:00	* スポーツ 雨天時はデイケアにて 卓球、パターゴルフ、 テーブルサッカーなど	* 水曜日、木曜日について プログラムの開始・終了 時刻が変更となる場合が ございます		<p>〈創作活動〉</p> 個人活動 ストレッチ&スポーツ参加 の方のみ11:40終了
午後	* デイケア活動 水筒、ペットボトルを 持参してください	* 自主活動について スタッフの都合で急遽 なくなる場合がございます			<p>〈ストレッチ&amp;スポーツ〉</p> テニス (王子スポーツセンター) 12:40~ <p>〈自主活動〉</p>
	4	5	6	7	8
午前	<p>〈創作活動〉</p> 個人活動	<p>〈脳のトレーニング〉</p> みんなで脳力UPTトレーニング <p>〈リラクゼーション〉</p> モーニングウォーキング	<p>〈創作活動〉</p> 個人活動 <p>〈パソコン教室〉</p> ・MOS対策(中級) ・タイピング練習	<p>〈SST〉</p> 社会生活スキルトレーニング よりよい人付き合いの練習	<p>〈創作活動〉</p> 個人活動 ストレッチ&スポーツ参加 の方のみ11:40終了
午後	<p>〈フィットネス〉</p> 体幹トレーニング 運動不足解消編 & ダンベル体操 <p>〈自主活動〉</p>	<p>〈イベント〉</p> 花見(王子動物園) 福祉乗車証と 手帳をご持参ください <p>〈自主活動〉</p>	<p>〈健康増進セミナー〉</p> SCIT 社会認知ならびに 対人関係のトレーニング 13:30~ <p>〈自主活動〉</p>	<p>〈SSP〉</p> JST (ジョブスキルトレーニング) <p>〈自主活動〉</p>	<p>〈ストレッチ&amp;スポーツ〉</p> フットサル (ビバ板宿) 12:40~ <p>〈自主活動〉</p>
	11	12	13	14	15
午前	<p>〈創作活動〉</p> 個人活動	<p>〈脳のトレーニング〉</p> みんなで脳力UPTトレーニング <p>〈リラクゼーション〉</p> 認知行動療法(CBT)	<p>〈創作活動〉</p> 個人活動 <p>〈パソコン教室〉</p> ・MOS対策(中級) ・タイピング練習	<p>〈SST〉</p> 社会生活スキルトレーニング よりよい人付き合いの練習	<p>〈創作活動〉</p> 個人活動 ストレッチ&スポーツ参加 の方のみ11:40終了
午後	<p>〈フィットネス〉</p> 体幹トレーニング お腹まわり集中ケア編 & ウォーキング <p>〈自主活動〉</p>	<p>〈ジョブトレーニング〉</p> 仕事へのトレーニング <p>〈自主活動〉</p>	<p>〈健康増進セミナー〉</p> SCIT 社会認知ならびに 対人関係のトレーニング 13:30~ <p>〈自主活動〉</p>	<p>〈SSP〉</p> グループディスカッション <p>〈自主活動〉</p>	<p>〈ストレッチ&amp;スポーツ〉</p> フットサル (ビバ板宿) 12:40~ <p>〈自主活動〉</p>
	18	19	20	21	22
午前	<p>〈創作活動〉</p> 個人活動	<p>〈脳のトレーニング〉</p> みんなで脳力UPTトレーニング <p>〈リラクゼーション〉</p> 椅子ヨガ	<p>〈創作活動〉</p> 個人活動 <p>〈パソコン教室〉</p> ・MOS対策(中級) ・タイピング練習	<p>〈SST〉</p> 社会生活スキルトレーニング よりよい人付き合いの練習	<p>〈創作活動〉</p> 個人活動 ストレッチ&スポーツ参加 の方のみ11:40終了
午後	<p>〈フィットネス〉</p> 体幹トレーニング 体重・体脂肪ダウン編 & ダンベル体操 <p>〈自主活動〉</p>	<p>〈ジョブトレーニング〉</p> 仕事へのトレーニング <p>〈卓球教室〉</p> デイケア2F <p>〈自主活動〉</p>	<p>〈健康増進セミナー〉</p> SCIT 社会認知ならびに 対人関係のトレーニング 13:00~ <p>〈自主活動〉</p>	<p>〈SSP〉</p> ビジネスマナー講座 外部講師来所 <p>〈自主活動〉</p>	<p>〈ストレッチ&amp;スポーツ〉</p> 卓球 (デイケア2F) 12:40~ <p>〈自主活動〉</p>
	25	26	27	28	29
午前	<p>〈創作活動〉</p> 個人活動	<p>〈脳のトレーニング〉</p> みんなで脳力UPTトレーニング <p>〈リラクゼーション〉</p> 認知行動療法(CBT)	<p>〈創作活動〉</p> 個人活動 <p>〈パソコン教室〉</p> ・MOS対策(中級) ・タイピング練習	<p>〈SST〉</p> 社会生活スキルトレーニング よりよい人付き合いの練習	<p>休み 昭和の日</p> 
午後	<p>〈フィットネス〉</p> 体幹トレーニング ウェルネス運動 & ウォーキング <p>〈自主活動〉</p>	<p>〈ジョブトレーニング〉</p> 仕事へのトレーニング <p>〈自主活動〉</p>	<p>〈ヘルスケアプログラム〉</p> ダイエットについて 13:20~ <p>〈自主活動〉</p>	<p>〈ヨガ〉</p> 外部講師来所 <p>〈ゲーム同好会〉</p> ゲームで脳活 <p>〈自主活動〉</p>	

☆変更する場合があります

福島神経科クリニック